



MARIEN / KONKRET

Präzisionsmedizin / 8

18 REPORT

*Internationale
Pflegeschule*

20 GESUNDHEIT

*7. Siegener
Women's Run*

16 ENGAGEMENT

*Siegener
Hospizkonzert*



- / **KONKRET**
- 4 Fußball-Europameisterschaft
- / **MAILBOX**
- 6 Kurznachrichten
- / **SCHWERPUNKT**
- 8 Präzisionsmedizin
- 11 Aggressiven Krebs bekämpfen
- / **REPORT**
- 18 Internationale Pflegeschule
- 22 Zeitenwende der Zusammenarbeit
- 32 Ausbildungsmesse
- / **ENTWICKLUNG**
- 12 Duales Studium Angewandte Pflegewissenschaften
- 19 Gynäkologie erhält Verstärkung
- / **GESUNDHEIT**
- 14 Wenn's im Knie knallt
- 20 7. Siegener Women's Run
- 26 Helfen. Austauschen. Informieren.
- / **GESCHICHTE**
- 30 60 Jahre Internationale Pflegeschule
- / **ENGAGEMENT**
- 16 400 Zuschauer bei Premierenkonzert für das Hospiz auf der Eremitage
- / **PANORAMA**
- 24 Rätsel
- 34 Ostern und seine Bedeutung
- 35 Frühlings-Impressionen



Impressum

Herausgeber: Marien Gesellschaft Siegen gGmbH, Kampenstraße 51, 57072 Siegen, Siegen - HRB 3188, USt-IdNr.: DE176257881
Hauptgeschäftsführer: Hans-Jürgen Winkelmann
Prokurist: Hubert Berschauer
Vorsitzender des Verwaltungsrats: Bruno Sting
Kommunikation & Marketing: Dr. Christian Stoffers (V.i.S.d.P.), Alexandra Netzer
Druck: Flyeralarm
Satz & Layout: Alexandra Netzer
Redaktionsbeirat: Martina Auffenberg
Bildnachweis: Adobe Stock, Kai Osthoff, Morgenthal Fotografie, Kay-Helge Hercher, Frank Steinseifer, Sylwia Sobczyk, Martina Auffenberg, Titelbild: © PT | Adobe Stock (Generiert mit KI)

Leserbriefe, Bildbeiträge und Anmerkungen an die Redaktion „**MARIEN KONKRET**“ adressieren. Die Redaktion behält sich die Veröffentlichung und Kürzungen eingereicherter Unterlagen vor. Beiträge für die **MARIEN KONKRET** Nr. 114 können bis zum 15. Mai 2024 eingereicht werden.

MARIEN KONKRET Nr. 113
 März – Mai 2024,
 ISSN 1863-9356

*Sehr verehrte Damen und Herren,
liebe Leserinnen und Leser,*



es sind bewegte Zeiten, die wir aktuell im deutschen Gesundheitswesen durchleben. Ich kann mich persönlich nicht erinnern, dass es schon einmal vergleichbare Planungsunsicherheiten, insbesondere im Bereich der Krankenhausfinanzierung, gegeben hat.

Die Vielzahl der gegebenen Versprechungen, die Beruhigungsspielen des Gesundheitsministers in den zahlreichen Pressekonferenzen und Talk Shows und die Ankündigung von revolutionären Reformen können nicht darüber hinwegtäuschen: Es liegt nach knapp zwei Jahren hoffnungsvollem Wechsel im BMG immer noch nichts vor, was als echte Planungsperspektive für die Krankenhäuser auch nur ansatzweise taugt.

Die Leidtragenden dieses traurigen Geplänkels sind die Krankenhäuser in Deutschland, deren Leistungen während zwei Jahren Corona-Ausnahmestands längst vergessen sind. Eine Verzehnfachung der Insolvenzen, keine Chance auf Refinanzierung von verdienten Tarifsteigerungen der Mitarbeitenden und Verlust des Vertrauens bei den Kreditgebern für dringend notwendige Investitionen sind nur einige der zahlreichen Folgen dieser verantwortungslosen Politik.

Dabei sind wir alle uns in der Zielsetzung doch einig: Wir brauchen eine Strukturreform, sowohl in der Krankenhausfinanzierung, als auch in der Krankenhausplanung. Aber eben kontrolliert, mit einem nachvollziehbaren Rahmenkonzept und vor allem mit einer verlässlichen Finanzierung der Übergangszeit bis zur Wirkung der Reformen.

Die Marien Gesellschaft Siegen konnte sich, trotz all dieser Widrigkeiten, als großes regionales Gesundheitsunternehmen bislang zwar stabil entwickeln, muss aber angesichts der derzeitigen Rahmenbedingungen auch massiv auf die Kostenbremse treten. Entsprechende Projekte sind eingeleitet und verschaffen mehr Planungssicherheit von Innen heraus. Die Perspektive, bald Teil eines großen, konfessionellen Krankenhausverbundes sein zu können, ist mit der GFO greifbar nah und verschafft zusätzlich Potenziale für eine gesicherte Zukunft im Rahmen eines großen überregionalen Gesundheitsverbundes in Südwestfalen und darüber hinaus.

Gemeinsam mit unseren motivierten Mitarbeitenden in allen Sparten der Marien Gesellschaft sollte somit eine gesicherte und nachhaltig ausgerichtete Weiterentwicklung möglich sein. Wir brauchen hierfür aber auch die politischen Rahmenbedingungen, die Planungssicherheit geben und verlässliche Finanzierung unserer Leistungen absichern. Nicht mehr und nicht weniger.

Ihnen und Ihren Lieben ein frohes und gesegnetes Osterfest!

Ihr

Hans-Jürgen Winkelmann
Hauptgeschäftsführer

**Karl, wir
müssen
reden!**

Caritas in NRW
Diözesan-Caritasverbände
Aachen Essen Köln Münster Paderborn





/ Am 14. Juni beginnt die **Fußball-Europameisterschaft** mit Deutschland gegen Schottland. Motiviert durch die Ballkünste der Profis, treibt es dann auch die Hobby-Kicker wieder vermehrt in die Parks und auf den Bolzplatz. Doch bei Laien wie Profis ist es schnell passiert: Eine falsche Drehung oder eine unglückliche Begegnung mit dem Gegner und schon schmerzt der Knöchel, das Knie wird dick oder ein gezerter Muskel setzt der Spielfreude ein jähes Ende. Damit die Verletzung schnell wieder heilt und keine Spätfolgen entstehen, ist es für Hobby- wie Profi-Sportler wichtig, sich rasch in qualifizierte Hände zu begeben. Für unsere Region heißt es dann: Am besten zur Orthopädie und Unfallchirurgie ins St. Marien-Krankenhaus Siegen.



© BOONJUNG | Adobe Stock (Generiert mit KI)

Marien Gesellschaft Siegen steht für Vielfalt

☑/Die Marien Gesellschaft Siegen unterzeichnete vor einiger Zeit die Charta der Vielfalt und setzt sich seitdem sichtbar für ein wertschätzendes und vorurteilsfreies Arbeitsumfeld ein. Insbesondere in einer Zeit, in der extremistische Strömungen gesellschaftsfähig werden, bedarf es eben dieser Sichtbarmachung und eines Eintretens für den gesellschaftlichen Konsens und Zusammenhalt.

Mit dem konsequenten Eintreten für Vielfalt und gegen Radikalisierung setzt die Marien Gesellschaft Siegen, Arbeitgeberin für circa 2.500 Mitarbeitende in über 30 Einrichtungen, ein klares Zeichen für Toleranz in der Arbeitswelt und weit darüber hinaus. „Ohne die unzähligen Mitarbeitenden aus unterschiedlichsten Nationen im ärztlichen, pflegerischen, unterstützenden und administrativen Bereichen könnte die Versorgung der uns anvertrauten Menschen mit Hilfebedarf nicht gewährleistet werden. Dies gilt im übrigen für den gesamten Gesundheitssektor in Deutschland.“ – so Hauptgeschäftsführer Hans-Jürgen Winkelmann. Allein im St. Marien-Krankenhaus Siegen arbeiteten Menschen aus über 30 Nationen.



Gefäßchirurgie verstärkt

☑/Die Klinik für Gefäßchirurgie wird seit Anfang des Jahres durch Dr. med. Roland Thul verstärkt, der zu ihrem Leitenden Oberarzt ernannt wurde. Dr. med. Roland Thul ist verheiratet und Vater zweier Töchter. Er studierte Humanmedizin in Hamburg und durchlief seine Ausbildung zum Facharzt für Chirurgie und Facharzt für Gefäßchirurgie an der Uniklinik Köln. Er erwarb sich schließlich die Bezeichnung Endovaskulärer Chirurg. Da-

nach war er Oberarzt der Klinik für Gefäßchirurgie der Uniklinik Köln und wurde schließlich leitender Gefäßchirurg in Gütersloh und Hagen. „Wir freuen uns, mit der Einstellung von Herrn Dr. med. Roland Thul einen hochqualifizierten Gefäßchirurgen verpflichtet zu haben, der mit großem Fachwissen und höchstem manuellem Geschick unser Team verstärkt“, erklärt Dr. med. Ronald Friedberg, Chefarzt der Klinik für Gefäßchirurgie.



Azubis und PJ-Studierende übernehmen

☑/Im Januar übernahmen fünf Auszubildende zur/m Pflegefachfrau/-mann und eine Auszubildende zur Pflegefachassistentin gemeinsam mit sieben PJ-Studierenden der Chirurgischen Klinik die Führung der Station A1 und konnten dadurch wertvolle Erfahrung über die Abläufe auf einer Station sammeln. Der gesamte Stationsalltag wurde selbstständig organisiert, immer mit der Unterstützung von erfahrenen Kolleginnen und Kollegen im Hintergrund. Das Projekt endete mit einer gemeinsamen Reflexion, bei der sich die Gruppe über die Projektwoche und die gewonnenen Erfahrungen austauschen konnte.



Gestrickt eingefädelt

✓/ Seit vielen Jahren treffen sich fünf Frauen aus Büschergrund einmal im Monat und stricken gemeinsam für einen guten Zweck. Nun konnte der Erlös von 3.400 Euro als Spende an das evangelische Hospiz am Jung-Stilling und an das Marien Hospiz übergeben werden. Burkhard Kölsch (Leiter des Ev. Hospiz Siegerland) und Juliane Schneider (Leiterin Marien Hospiz Eremitage) freuten sich sehr und bedankten sich für das Engagement. Beide erklärten, dass Hospize in Deutschland vom Gesetz her auf Spenden angewiesen seien, um deren Betrieb absichern zu können. Daher sei die Unterstützung aus der Gesellschaft heraus besonders wertvoll.



Karneval

✓/ Die fünfte Jahreszeit hatte die Seniorenzentren von Marien Pflege fest im Griff. Bereits an Weiberfastnacht ging es in den Einrichtungen richtig zur Sache, um dann an Rosenmontag sowie Veilchendienstag Höhepunkt und Abschluss zu finden. Am Aschermittwoch war dann alles vorbei.



Kennenlernen ganz BIG

✓/ Nach erfolgreicher Erstveranstaltung im letzten Jahr öffnete im Januar das Bildungsinstitut für Gesundheitsberufe Südwestfalen (BiGS) erneut seine Türen und bot allen Interessierten die Möglichkeit, sich aus erster Hand über eine Ausbildung in der Pflege zu informieren. Neben Mitmach-Aktionen in den Skills Labs, Einblicken in den theoretischen Unterricht und einer Führung durch die modernen Räumlichkeiten stand u. a. das Team der Marien Gesellschaft Siegen für alle Fragen rund um die Ausbildung bereit.

Erstklassige Ausbildung

✓/ „Unternehmen, welche die Herausforderungen um den Fachkräftemangel meistern und ihren Auszubildenden einen sicheren Rahmen anbieten, können sich von ihrer Konkurrenz abheben sowie auf Bewerber besonders interessant wirken. Dass das St. Marien-Krankenhaus Siegen einen großen Wert auf eine hervorragende Ausbildung legt, wird durch Ihre Auszeichnung mit dem Deutschlandtest-Siegel „Deutschlands beste Ausbildungsbetriebe 2024“ in der Kategorie Gemeinnützige Krankenhäuser bestätigt“, heißt es im Siegerschreiben.

Das St. Marien-Krankenhaus liegt in der Kategorie gemeinnützige Krankenhäuser mit einem Wert von 83,4 Punkten deutschlandweit auf Platz 16. Drei weitere Siegener Krankenhausträger schneiden mit 82,7, 80,6 und 79,2 Punkten auch sehr gut ab. Um einen Vergleich zu anderen Branchen zu ermöglichen: Zwei große Siegener Geldinstitute liegen mit 84,8 und 83,4 Punkten nur einen Wimpernschlag von uns entfernt.

Die der Auszeichnung zugrunde liegende Studie beruht auf zwei Säulen: Dem Social Listening sowie einer Online-Befragung. Bei ersterer zählt die Online-Strategie #arbeitenimmarien ein, die ohne viel Schnickschnack und Epos die unterschiedlichen Ausbildungsberufe vermittelt.



Präzisionsmedizin

Ein neues Zeitalter in der Medizin

Der Begriff „Präzisionsmedizin“ ist in der Region Siegen-Wittgenstein noch wenig geläufig, wengleich er in der Fachwelt immer mehr Beachtung findet. Die neue Chefarztin der Klinik für Hämatologie, Medizinische Onkologie und Palliativmedizin im St. Marien-Krankenhaus Siegen, Privatdozentin Dr. med. Elisabeth Mack hat ihn in unsere Region gebracht. Dahinter verbirgt sich der Weg in ein neues Zeitalter in der Medizin, stehen doch genaue Diagnosen, personalisierte Therapien und weniger Behandlungsfehler dahinter. Die Ziele scheinen greifbar, doch gilt es noch, vielerorts und auf unterschiedlichen Ebenen Hindernisse aus dem Weg zu räumen.

Präzisionsmedizin steht nicht im Konflikt mit der bisherigen medizinischen Versorgung. Doch machen die Fortschritte im Bereich der Molekularbiologie, die Möglichkeiten der Digitalisierung in der Diagnostik und nicht zuletzt eine bessere Auswertbarkeit von Daten über Algorithmen der künstlichen Intelligenz völlig neue Versorgungskonzepte denkbar. Denn die meisten komplexen Erkrankungen entstehen nicht durch einen bestimmten Auslöser, sondern sind die Folge einer Kombination aus bestimmten Gen-, Umwelt- und Lebensstilfaktoren, von denen die meisten bisher noch nicht identifiziert werden konnten.

Diesen komplexen und individuellen Aspekten einer Erkrankung und deren Entstehung trägt die Präzisionsmedizin Rechnung und berücksichtigt diese bei der Wahl aus den unterschiedlichen Therapieoptionen.

Vom Patienten her denken

Präzisionsmedizin betrifft Diagnostik und Therapie gleichermaßen, beide bauen sogar aufeinander auf. Während es zuerst darum geht, eine höhere Präzision bei der Diagnostik zu erreichen und unerwünschte Abweichungen zu reduzieren, steht danach eine möglichst hohe Personalisierung der Therapie bei eindeutig und präzise definierten Patientengruppen im Fokus – verbunden mit dem Anspruch, die Ergebnisse der Behandlung für möglichst viele Patienten zu verbessern. Im Ideal profitieren sie von Behandlungskonzepten, die auf Basis spezifischer Biomarker wie entitätstypischer

Oberflächenantigene oder des individuellen Tumorgenoms maßgeschneidert werden.

Bislang scheiterte eine breitere Umsetzung der Präzisionsmedizin an der Zugänglichkeit zu den notwendigen Daten, doch hält die Digitalisierung in der Medizin Einzug, und es gilt nun die vorliegenden Daten sinnvoll miteinander zu verknüpfen und eventuelle fehlende Daten systematisch zu erheben. Und hier steckt noch Entwicklungsarbeit, um Hindernisse auf dem beschriebenen Weg wegzuräumen. Ein überprotektiver Datenschutz, der das Nichtverarbeiten von Daten schönfärbt, ist gegenüber einer individuellen patientenzentrierten Behandlung sorgfältig abzuwägen. Denn derjenige, der eine lebensbedrohliche Erkrankung hat, hat ein Anrecht auf eine bestmögliche Nutzung seiner Daten zur optimalen Planung von Diagnostik und Therapie. Dass Präzisionsmedizin von Patienten so gewollt ist, ist offenkundig. Es ist nämlich beispielsweise eine für die Lebensqualität überaus relevante Frage, ob beispielsweise eine Chemotherapie bei einem Patienten notwendig ist oder überhaupt ihre Wirkung entfalten kann.

Onkologie als Innovationsfeld

Komplementär zu patientenindividuellen Eigenschaften spielt ein immer tieferes Verständnis charakteristischer molekularer Veränderungen bei vielen Erkrankungen eine entscheidende Rolle bei der Entwicklung verbesserter Therapien. Herausragende Beispiele hierfür finden sich vor allem in der Onkologie. Die chronische myeloische Leukämie (CML) wurde nach Einführung zielgerichteter Therapien gegen das diese Erkrankung kennzeichnende Tumorprotein von einer lebensbedrohlichen zu einer wahrhaft „chronischen“ Erkrankung, die inzwischen mit einer normalen Lebenserwartung einhergeht. Auch beim Multiplen Myelom, einer der häufigsten bösartigen hämatologischen Erkrankungen, konnte durch präzise auf die Krankheit abgestimmte neue Wirkstoffe bzw. Kombinationen dieser neuen Substanzen eine Verdoppelung der medianen Überlebensdauer aller Patienten von drei auf sechs Jahre erreicht werden. Damit können nun auch Patienten, die aufgrund von Alter und Komorbidität nicht für eine Hochdosis-Chemo-



therapie oder eine autologe Stammzelltherapie infrage kommen, effektiv behandelt werden.

Und überhaupt: Die Onkologie ist das mit Abstand wichtigste Innovationsfeld der medizinischen Wissenschaft. Fast ein Drittel aller zwischen 2011 und 2020 neu zugelassenen Wirkstoffe sind Onkologika und in den frühen Nutzenbewertungen des Gemeinsamen Bundesausschusses liegt die Quote bei der Anerkennung eines beträchtlichen Zusatznutzens über dem Durchschnitt. Getrieben wird diese Entwicklung ganz wesentlich von der Entwicklung neuer individualisierter Kombinationstherapien.

Interoperabilität und Datenverfügbarkeit und Datenintegration unter verstärkter Einbeziehung auch „sensibler“ Daten wie Genomdaten, sind für Präzisionsmedizin wesentlich, allerdings erweist sich diese Herangehensweise an die Medizin auch als schlecht kompatibel mit etablierten Evidenzstandards in der Medizin. Diese Standards wiederum bilden die Grundlage für Medikamentenzulassungen und die Kostenerstattungsprinzipien unseres Gesundheitssystems. Hier besteht, parallel zu den wissenschaftlich-medizinischen Herausforderungen, noch Handlungsbedarf.



**Präzisions-
medizin macht
völlig neue
Versorgungskonzepte
denkbar.**



**PD DR. MED.
ELISABETH MACK**

Chefärztin der Klinik für
Hämatologie, Medizinische
Onkologie und
Palliativmedizin

Übernahme in Regelversorgung

Abschließend ist zudem festzustellen, dass der Begriff aktuell nicht überstrapaziert werden darf, da wir uns bekanntlich erst auf dem Weg dorthin befinden. Anspruch und Ziel zugleich ist eine an Geno- und Phänotyp angepasste, personalisierte Medizin. Um dieses zu erreichen, ist das Sammeln großer Mengen an Daten von vielen Patienten an möglichst vielen Standorten erforderlich, um Korrelationen zu erkennen und daraus abgeleitete Therapien in klinischen Studien zu überprüfen. Studienzentren wie am St. Marien-Krankenhaus Siegen sind da wichtige Einrichtungen im wissenschaftlichen Räderwerk. Durch Teilnahme an Beobachtungs-/Register- oder Therapiestudien kann jede Patientin/jeder Patient einen Beitrag leisten, um die Präzision zukünftiger onkologischer Therapien weiter zu verbessern oder aber direkt im Rahmen der eigenen Behandlung von innovativen Ansätzen profitieren. Die wissenschaftlich begleitete individualisierte Medizin ist schon jetzt als eine wertvolle Weiterentwicklung der evidenzbasierten Medizin zu verstehen, die auf eine schnellere Übernahme personalisierter Versorgungskonzepte in die Regelversorgung zielen. /

/ Onkologisches Zentrum

Die Diagnose Krebs verändert das Leben. Sie löst Ängste aus, nicht nur bei den Betroffenen, auch bei den Angehörigen. Man fühlt sich zunächst hilflos und überfordert. Viele Fragen werden aufgeworfen. Eine Vielzahl der Tumorerkrankungen ist heute heilbar. Entscheidend bei der modernen Tumorbehandlung ist die enge Zusammenarbeit verschiedener Fachdisziplinen aus Klinik und Praxis. Um Patienten die besten Behandlungsmöglichkeiten zu bieten, hat sich Marien Kliniken – St. Marien-Krankenhaus Siegen mit seiner jahrzehntelangen Erfahrung im Bereich der Onkologie dazu entschieden, in Zusammenarbeit mit anderen onkologischen Einrichtungen das Onkologische Zentrum Südwestfalen zu gründen. Das Zentrum ist mittlerweile ein von der Bezirksregierung Arnsberg im Krankenhausplan des Landes Nordrhein-Westfalen ausgewiesenes medizinisches Spitzenzentrum für Onkologie mit überregionalen besonderen Aufgaben.



Aggressiven Krebs bekämpfen

Weiterer Schwerpunkt etabliert

An Bauchspeicheldrüsenkrebs (Pankreaskrebs) erkranken jedes Jahr über 20.000 Menschen in Deutschland. In frühen Erkrankungsstadien haben Betroffene eher selten Symptome, weshalb die meisten Patienten ihre Diagnose erst in einem fortgeschrittenen Krankheitsstadium erhalten. Wie bei vielen anderen Krebserkrankungen ist der Heilungserfolg nicht nur vom Stadium der Erkrankung abhängig, sondern ist auch davon berührt, wie spezialisiert die jeweilige medizinische Einrichtung auf dieses Krankheitsbild ist.

Der Schwerpunkt Pankreaskrebs im Onkologischen Zentrum Südwestfalen am St. Marien-Krankenhaus Siegen befindet sich seit mehreren Jahren im Auf- beziehungsweise Ausbau. „Die stetig steigende Anzahl komplexer Eingriffe rechtfertigt die Entwicklung hin zu einem Pankreaskrebs-Zentrum“, unterstreicht Medizinischer Direktor Prof. Dr. med. Frank Willeke und betont, dass Mediziner aus verschiedenen Bereichen eng verzahnt bei der Versorgung von Patienten mit dieser Krebserkrankung daran arbeiten, für diese die optimale Therapie zu entwickeln. Durch die Kooperation mit anderen Klinikern Siegener Krankenhäuser und niedergelassene Kollegen könne dabei die Behandlung auch über die Operation hinaus „state of the art“ fortgeführt werden.

Die Voraussetzungen für ein Pankreaskrebs-Zentrum sind enorm und die Aus-



Die stetig steigende Anzahl komplexer Eingriffe rechtfertigt die Entwicklung hin zu einem Pankreaskrebs-Zentrum.



**PROF. DR. MED.
FRANK WILLEKE**

Medizinischer Direktor

gestaltung findet regelmäßig im Kontext größerer Einheiten statt. Das Onkologische Zentrum Südwestfalen ist eine solche hoch spezialisierte Einheit. Etabliert vor zwei Jahren am St. Marien-Krankenhaus Siegen ist es ein von der Bezirksregierung Arnsberg im Krankenhausplan des Landes Nordrhein-Westfalen ausgewiesenes medizinisches Spitzenzentrum für Onkologie mit überregionalen besonderen Aufgaben; es ist das einzige derart zugelassene Zentrum in der Region. Als solches setzt es sich aus sog. Organkrebszentren zusammen, die wiederum durch Organisationen wie der Deutschen Krebsgesellschaft zertifiziert werden. Vor dem Hintergrund dieses vom Land definierten Versorgungsauftrags vollzieht sich der Ausbau des Schwerpunkts Pankreaskrebs. Dieses führt auch zu überregionalen Zuweisungen von Patienten in die Pankreas-Sprechstunde.

So sieht dann auch Prof. Frank Willeke in dem Pankreaskrebs-Zentrum „einen weiteren wichtigen Schritt für die Weiterentwicklung des Onkologischen Zentrums“. Eine Erkrankung der Bauchspeicheldrüse, die einer chirurgischen Behandlung bedarf, sei ein komplexes Krankheitsbild. „Mit unserem Onkologischen Zentrum haben Patienten Zugang zu einer individuellen und gleichzeitig hoch spezialisierten Versorgung“, so der Medizinische Direktor abschließend. /

Duales Studium Angewandte Pflegerwissenschaften B.Sc.

Wir alle haben davon geträumt, Großes zu bewirken – ob als Superheld mit Superkräften, als Star, der nach den Sternen greift oder als Weltraumreisende im All. Höchste Zeit, dass Träume wahr werden ...

Als einziges Haus im Umkreis bietet die Marien Gesellschaft Siegen momentan das duale Studium „Angewandte Pflegerwissenschaften“ an, welches theoretisches Wissen mit praktischer Erfahrung kombiniert. Studierende haben die Möglichkeit, ihr erlerntes Wissen direkt in die Praxis umzusetzen und erhalten so einen umfassenden Einblick in das Berufsfeld der Pflege. Das duale Studium bietet somit eine ideale Möglichkeit, sich fundiertes Fachwissen anzueignen und gleichzeitig wertvolle Berufserfahrung zu sammeln. Eine weitere Besonderheit: Die Studierenden bekommen während ihres Studiums ein Ausbildungsgehalt.

Weitere Informationen finden Sie unter:

www.mariengesellschaft.de/karriere



Die Mission

- Der 1. Teil des Studiums findet ab dem 2. Ausbildungsjahr statt und wird durch ein Vollzeitpräsenzstudium nach dem abgeschlossenen Examen vervollständigt. Auch im Vollzeitstudium wird das Ausbildungsgehalt gezahlt.
- Die Studierenden erhalten die Möglichkeit, sich innerhalb der pflegerischen Praxis höher zu qualifizieren und an Projekten mitzuwirken.
- Als Berufseinsteiger werden sie den Pflegeberuf vorantreiben und erhalten eine Freistellung von 20 % (1 Tag/Woche).

Der Ablauf

- Ausbildungsbeginn: Zum 01.04. oder 01.10. eines Jahres, Studiumsbeginn im 2. Lehrjahr, immer zum Wintersemester.
- 2 Jahre Ausbildung und Studium: 1x pro Woche, immer dienstags, geht es in die Uni nach Köln (Katho Köln <https://katho-nrw.de/studium/studienangebot/bachelor/angewandte-pflegewissenschaft-bsc>)
- Nach der Ausbildung: 3 Semester Vollzeitstudium (geringfügige Beschäftigung in den Marien Kliniken bei vollem Ausbildungsgehalt!)

Die Voraussetzungen

- Allgemeine Hochschulreife oder Fachhochschulreife mit entsprechendem Schwerpunkt
- Sehr gute theoretische und praktische Leistungen in der pflegerischen Ausbildung
- Vorbehaltlich: Studienplatzzusage durch die Katho Köln
- Hohe Motivation und Leistungsbereitschaft
- Kommunikative und soziale Skills
- Bereitschaft zur Leistungserbringung auch außerhalb der Freistellungszeit
- Hohes Maß an Selbstorganisation und Lernbereitschaft
- Ausgeprägtes methodisches Verständnis

Fragen zu diesem Angebot beantworten gerne:



NADINE GEORG

Telefon 0271 231 2307



KLAUS STINNER

Telefon 0271 231 3270

Wenn's im Knie knallt

Unsere Knie sind wahre Bewegungswunder und nicht zuletzt liegt das an vier Bändern. Zwei von ihnen sind die Kreuzbänder. Sie verbinden Oberschenkelknochen und Unterschenkel gleichzeitig fest und smart miteinander; da sie diagonal verlaufen, bieten die Kreuzbänder nämlich ein Maximum an Drehmoment, ohne die

Stabilität von Knochen und Muskeln durch zu viel Drehung zu gefährden. Doch kann es bei abrupten Richtungswechseln zu einem Riss eines Kreuzbandes kommen.

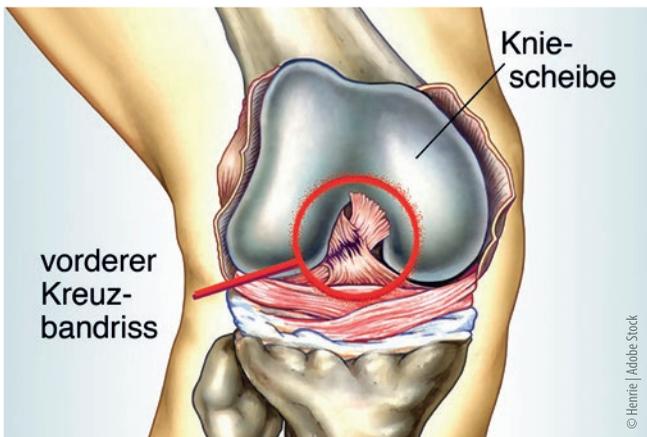
Wie merkt man, dass man einen Kreuzbandriss hat?

Reißt ein Band im Knie, muss das nicht in aller Stille ablaufen: In einigen Fällen können Betroffene den Kreuzbandriss hören – als Knallen, Krachen oder Knacken im Kniegelenk. Typisch sind außerdem für den (vorderen) Kreuzbandriss folgende Symptome:

Zunächst tritt ein starker, akuter Schmerz im Knie beziehungsweise im Inneren des Kniegelenks auf, gefolgt von einem stechenden oder reißender Belastungsschmerz. Schwellungen des Knies entstehen dann schnell, was Bewegungseinschränkungen bewirken kann. Blutergüsse und Berührungsempfindlichkeit können auftreten. Das Knie lässt sich nicht mehr oder nur unter großen Schmerzen strecken. Das Knie weist eine Instabilität auf und knickt beim Gehen leicht weg.

Beim hinteren Kreuzbandriss sind eher Schmerzen in der Kniekehle typisch. Auch hier tritt Instabilität auf, allerdings verschiebt sich eher das Schienbein gegenüber dem Oberschenkelknochen nach hinten. Für Patienten ist das im Gesamtbild der Symptome eines Bänderrisses aber schwer im Detail auseinander zu halten. Die Stärke der Schmerzen sagt übrigens nicht immer etwas aus über die Schwere der Bandverletzungen aus.

Bei entsprechenden Beschwerden sollte immer zum Arzt beziehungsweise zur Ärztin gegangen werden. Wird nämlich unzureichend behandelt, kann das Gelenk nach einer Bandverletzung noch mehr Schaden nehmen. Schlimmstenfalls bleibt eine Instabilität und macht ständig Probleme. Schonhaltungen können dann auch zum verstärkten Verschleiß des Kniegelenks führen. Die Fußball-EM 2024 kann dann jedenfalls sportlich abgehakt werden.



/ Häufige Knieverletzung

Der Kreuzbandriss gehört zu den häufigsten Knieverletzungen – und ist leider auch eine ernste Verletzung. Schmerzen im Knie und Schwellung am Knie sind dessen unmittelbaren Folgen. Im weiteren Verlauf macht sich vor allem eine Instabilität des Knies bemerkbar. Der Riss des vorderen Kreuzbandes gehört zu den häufigsten Knieverletzungen. Die Betroffene befinden sich meist in den 20ern oder 30ern ihres Lebens, sie sind sportlich aktiv und zum größten Teil männlich. Hingegen ist ein Riss des hinteren Kreuzbandes regelmäßig Folge von äußeren direkten Gewalteinwirkungen gegen den Schienbeinkopf, wie sie bei einem Unfall mit großer äußerer Krafteinwirkung entstehen können.



Was sind die ersten Maßnahmen bei Verdacht auf Kreuzbandriss?

Wie bei vielen Sportverletzungen gilt auch beim potenziellen Kreuzbandriss: Das Kniegelenk sollte nicht mehr belastet werden und das verletzte Bein sollte hochgelagert und gekühlt werden. Gegebenenfalls sollte ein Druckverband angelegt werden.

Anschließend ist eine Medizinerin beziehungsweise Mediziner zu kontaktieren – nur so lässt sich eine sichere Diagnose stellen und eine effektive und passende Therapie einleiten. Für die optimale Behandlung von potenziellen Bänderissen sollte schließlich eine Sportorthopädie aufgesucht werden. Bildgebende Verfahren der Untersuchung können dabei die Diagnose bestätigen.

Bei einem Kreuzbandriss muss nicht immer operiert werden. Aber wenn eine Operation erfolgt, dann oft mit einer Kreuzbandplastik aus eigener Sehne von anderer Stelle. Meist wird hierfür eine Sehne aus dem Oberschenkel genutzt.

Wie lange dauert es, bis ein Kreuzbandriss geheilt ist?

Bei optimaler Behandlung ist die Prognose beim Kreuzbandriss gut und es kommt verhältnismäßig selten zu Komplikationen oder Langzeitfolgen. Die Behandlung bei

einem kompletten Riss mit Operation und Kreuzbandplastik dauert regelmäßig mehrere Wochen bis zur Heilung.

In den ersten Wochen sollte das Kniegelenk geschont und das heilende Band beziehungsweise die ersetzte Sehne so wenig wie möglich belastet werden. Für Patientinnen und Patienten mit sehr körperlichen Berufen kann das einen entsprechend wochenlangen Arbeitsausfall und Krankenschreibung bedeuten. Bei Schmerzfreiheit kann nach sechs bis acht Wochen mit entspanntem Radfahren oder Schwimmen begonnen werden. Leichtes Lauftraining ist bei gutem Verlauf nach grob vier Monaten wieder möglich, wenn weiter keine Schmerzen oder andere Beschwerden auftreten. Leistungssport ist erst später wieder möglich.

Und danach? Grundsätzlich besteht nach einer Kreuzbandverletzung ein höheres Risiko, wieder einen Kreuzbandriss zu erleiden – darauf gilt es zu achten und sich entsprechend gut beim Sport aufzuwärmen und zu dehnen, auch um Instabilität in der Bewegung entgegenzuwirken. Eine Bewegungsanalyse, Sprungschulung oder auch gezieltes Training der Oberschenkelmuskulatur verringern das Risiko für einen erneuten Kreuzbandriss. /



**DR. MED.
ALOIS FRANZ**

Chefarzt der Klinik
für Orthopädie im
St. Marien-Krankenhaus
Siegen



400 Zuschauer bei Premierenkonzert für das Hospiz auf der Eremitage

Am Dienstag fand im Gläser-Saal der Siegerlandhalle Siegen ein Benefizkonzert zugunsten des Katholischen Hospiz' auf der Eremitage statt. Nach der Begrüßung der Zuschauer durch Stiftungsvorstand Hans-Jürgen Winkelmann und einem Friedensgebet wurde das Konzert des Heeresmusikkorps Koblenz unter dem Dirigat von Wolfgang Dietrich mit dem Festmarsch op. 452 von Johann Strauß eröffnet. Dieses Stück, uraufgeführt 1893 im Wiener Prater von 500 Musikern, verhieß direkt einen fulminanten Beginn. Gefolgt wurde das Stück von der Carnival Overture von Antonín Dvořák. Sie ist Teil der Ouvertüren-Trilogie „Natur, Leben und Liebe“, deren zweiten Teil sie bildet; Dirigent Wolfgang Dietrich erläuterte zu diesem und den weiteren Stücken launig die Hintergründe ihrer Entstehung. Munter ging es dann weiter mit Pomp and Circumstance March No.4 von Edward Elgar. Es folgten Music for a Festival von Philip Sparke und

der Mosel-Marsch von Johann Carl Roesler, der die Zuschauer in die Heimat des fünfzigköpfigen sinfonischen Blasorchesters und in die Pause führte.

Das Benefizkonzert hatte neben musikalischen Highlights der ersten Spielhälfte dann auch einen Überraschungsmoment zu bieten: Ausgezeichnet wurden die Gewinner des mit 6.000 Euro dotierten Katholischen Sozialpreises 2024. Überrascht nahmen Wolfgang Münch, Ingrid Kolb und Nadine Mikota von der Stadtteilkonferenz Weidenau für das Projekt Hausaufgabenhilfe Zinsbach den ersten Preis vom Stiftungsratsvorsitzenden Christoph Ewers entgegen. Ein zweiter Preis ging an die Vertreter vom Bezirksverband der Siegerländer Frauenhilfen e.V. mit dem Projekt Hallo Hanna. Zwei dritte Preise gingen an die Vertreter des BDJ mit dem Projekt 72-Stunden und an Vertreter des Burbacher Mittagstischs. Christoph Ewers wies in seiner Laudatio darauf hin, wie wichtig ehrenamtliches Engagement für

Informationen, wie Sie
das Hospiz unterstützen
können, finden Sie auf
www.marien-hospiz.de



den gesellschaftlichen Zusammenhalt ist, und jeder Preisträger erhielt lang andauernden Applaus.

Nach der Preisverleihung ging es dann mit dem Konzert, das auch das Premierenkonzert in diesem Jahr des Musikkorps' war, in flotter Stückfolge voran. Funk Attack von Otto M. Schwarz leitete dabei das Finale ein, das mit Twelve Gallon Hat von Julie Giroux und Belle of the Ball von Leroy Anderson eher mit einem verschmitzten Augenzwinkern und spielerisch zunehmend an Fahrt gewann. Dessen Abschluss bildete dann Musical Milestones, das von Jörg Murschinski für den Klangkörper des Heeresmusikkorps arrangiert und damit auf den Leib geschneidert wurde. Gefeierte wurden die Musiker schließlich mit ausdauerndem Applaus.

Hans-Jürgen Winkelmann, Stiftungsvorstand, dankte schließlich den Musikern und überreichte Dirigent Dietrich ein kleines Dankeschön für das gelungene Konzert. Ein Dankeschön galt auch der Sparkasse Siegen für ihr Sponsoring. Das Heeresmusikkorps verabschiedete sich schließlich mit Guten Abend, gut' Nacht in der Vertonung von Johannes Brahms von den Zuschauern, die sich mit stehenden Ovationen bei den Musikern bedankten.

Das Konzert stand in einer Reihe von Konzerten, die vor sieben Jahren erstmals die Siegerlandhal-

le füllte. „Die Konzerte dienen dabei einem wichtigen gesellschaftlichen Zweck: der Unterstützung des Hospiz' auf der Eremitage“, sagte Organisator Dr. Christian Stoffers von der Katholischen Sozialstiftung kurz vor Beginn der Veranstaltung. Er freute sich, dass über 400 Zuschauer in die Siegerlandhalle gekommen waren und das Konzert damit einen Teilnehmer-Rekord aufstellte. /



Dirigent Wolfgang Dietrich

© Fotos: Kay-Helge Hercher

Internationale Pflegeschule

Seit einem Jahr arbeiten und lernen zwölf vietnamesische Auszubildende im BiGS in Siegen. Zwei von ihnen haben wir für diesen Beitrag besucht. Thi Thuy Hong Dam ist 26 und hat in Vietnam bereits die Ausbildung zur Krankenschwester absolviert. Frisch von der Schule kommt dagegen die 20-jährige Mai Nguyen Huong. Sie lernt den Beruf der Pflegerin von der Pike auf. Nun haben die vietnamesischen Schüler ihre ersten Examen gerade hinter sich und konnten Siegen kennenlernen. Am Anfang, sagt Mai Nguyen Huong, habe sie sich einsam gefühlt, wenn man alleine in einem fremden Land ist und – natürlich – die Familie vermisst. Und hier beginnt eine Geschichte, die etwas mit Integration zu tun hat: Sie fand Familienanschluss über einen deutschen Freund, was die Dinge deutlich erleichtert. Und auch Thi Thuy Hong Dam fühlt sich inzwischen wohl und geht in der Freizeit ihren Hobbys Gitarre spielen und Malen nach. Im Schwesternwohnheim habe sie viel gelernt, und in der Praxis insbesondere im St. Marien-Krankenhaus. Das hat auch viel damit zu tun, dass man sich sehr bemüht,

damit der erste Jahrgang der Internationalen Pflegeschule ein Erfolg wird. Die Praxisanleiterin war bei der Arbeit immer dabei und hat sich besonders viel Mühe gegeben, obwohl Thi Thuy Hong Dam durch ihre Ausbildung in Vietnam bereits ein Profi ist. In Deutschland muss sie gemeinsam mit ihren Kollegen weiterhin 16 Stunden Deutsch pro Woche und außerdem die deutschen Sitten und Gebräuche in der Medizin besser verstehen lernen. Das Ziel, das Projekt "Internationale Pflegeschule" zu einem Erfolg zu machen, ist nach zwölf Monaten also nahe. Alle zwölf, die 2023 nach Siegen kamen, sind an Bord geblieben. Das ist auch deshalb wichtig, weil sich die Verantwortlichen bereits auf den zweiten Jahrgang der Internationalen Pflegeschule vorbereiten, bei dem diesmal Pflegeschüler aus Tunesien, Indien, Namibia und wieder Vietnam erwartet werden. /





Gynäkologie erhält Verstärkung

Dr. Onur Sinan Zeren neuer Sektionsleiter

Die Klinik für Gynäkologie und Geburtshilfe im St. Marien-Krankenhaus Siegen wird nun durch Dr. (TR) Onur Sinan Zeren verstärkt, der zum Sektionsleiter der Gynäkologie ernannt wurde.

Dr. Onur Sinan Zeren studierte Humanmedizin in Bursa/Türkei und durchlief danach seine Ausbildung zum Facharzt für Gynäkologie in Osnabrück. Nach Stationen in Süddeutschland war er bis zu seinem Wechsel ins St. Marien-Krankenhaus Siegen leitender Oberarzt im Kirchner DRK-Krankenhaus. Dort war er überwiegend in der operativen Gynäkologie tätig.

„Wir freuen uns, mit Herrn Dr. Onur Sinan Zeren einen hochqualifizierten Gynäkologen verpflichtet zu haben, der mit großem Fachwissen und operativem Geschick die Leitung unserer Sektion für Gynäkologie übernimmt“, erklärt Dr. med. Badrig Melekian, Chefarzt der Klinik für Gynäkologie und Geburtshilfe.

Schwerpunkte der Sektion liegen auf dem Gebiet der minimal-invasiven und en-

doskopischen Operationen (inkl. Robotic), der Diagnostik und Therapie aller Erkrankungen der Gebärmutter, der Eierstöcke und Eileiter sowie der Senkungs- und Urininkontinenzkrankungen. In der Sektion sind hierfür umfassende Untersuchungsmöglichkeiten vorhanden, und die Behandlung erfolgt durch moderne konservative und/oder operative Verfahren. Mit dem Organkrebszentrum für Gynäkologie ist die Sektion eng verbunden mit dem Onkologischen Zentrum Südwestfalen, das im Krankenhausplan des Landes Nordrhein-Westfalen medizinisches Spitzenzentrum für Onkologie mit überregionalen besonderen Aufgaben ausgewiesen ist.

„Dr. Onur Sinan Zeren verfügt über eine langjährige Erfahrung als Mediziner. Wir freuen uns, dass ein versierter und routinierter Fachmann wie er nun bei uns Verantwortung als Sektionsleiter übernommen hat“, betont Medizinischer Direktor Prof. Dr. Frank Willeke abschließend. /

Albertus Magnus Ambulantes Zentrum



/ Pünktlich am 8. März, dem internationalen Frauentag, wurden die Pläne für den 7. Siegener Women's Run bekannt gegeben: das große Fest von Frauen für Frauen an der sieg-arena findet in diesem Jahr am 8. September statt und ist Teil der Feierlichkeiten zu Siegens großer 800-Jahr-Feier!





Zeitenwende der Zusammenarbeit –

das zivile und militärische Gesundheitssystem vor neuen Herausforderungen

Die Herausforderungen, denen sich unsere Gesellschaft in den letzten Jahren stellen musste, machen uns bewusst, dass wir resilienter werden müssen. Zu nennen sind hier exemplarisch die Corona-Pandemie, die Katastrophe im Ahrtal und der Angriffskrieg Russlands gegen die Ukraine. Bei ersterer hat die Bundeswehr einen wichtigen Beitrag zu deren Überwindung geleistet und Soldatinnen und Soldaten gehörten zu den Ersten, die bei der Flutkatastrophe vor Ort waren und durch ihren Einsatz viele Menschenleben retteten. Die Zeitenwende, ausgelöst durch Drittes, verändert die Bundeswehr in einer nie dagewesenen Weise.

Um diese Herausforderungen zu thematisieren, fand nun im Haus der Siegerländer Wirtschaft ein gemeinsames Symposium des Bundeswehrzentralkrankenhauses Koblenz und der Marien Kliniken – St. Marien-Krankenhaus Siegen statt. Das Symposium sollte den Meinungs- und Erfahrungsaustausch zum Krisenmanagement in Deutschland und deren Ableitung auf die regional im Gesundheitswesen

agierenden Personen anhand ausgewählter Referate fördern. Über 100 Teilnehmer waren der Einladung gefolgt.

Prof. Dr. Christian Brülls, Ärztlicher Direktor des St. Marien-Krankenhauses und zugleich Organisator des Symposiums, richtete bei seinem Eingangsstatement den Blick auf notwendige Anpassungen an neue Realitäten, die sich insbesondere aus den Folgen des russischen Angriffskriegs auf die Ukraine und der damit eingeleiteten „Zeitenwende“ für das Gesundheitswesen ergeben. Landrat Andreas Müller wies sodann in seinem Referat auf die vielschichtige Gefahrenlage hin, die bis zu Angriffen aus dem Cyberraum reicht. Mit Blick zurück: Nicht zuletzt die Corona-Pandemie habe belegt, wie wichtig eine Vernetzung der Akteure zur Überwindung der Herausforderungen ist. Die Bundeswehr habe sich auch in Siegen-Wittgenstein auf vielfältige Weise eingebracht.

Und auch die weiteren Beiträge betonten, dass Krise immer auch eine Chance ist. Denn sie bedeu-



Prof. Dr. Christian Brülls (rechts) ist mit Symposium zufrieden



Oberstarzt Dr. med. Willi Schmidbauer bei seiner Keynote

tet, dass die alltäglichen Strukturen und Prozesse nicht mehr ausreichend sind. Sie zeigt, was in Ausnahmesituationen nicht mehr funktional ist und sie initiiert ein Momentum, um Reformen und Veränderungen umzusetzen: Das gilt für zivile wie für militärische Einrichtungen.

Oberstarzt Dr. med. Willi Schmidbauer, Direktor der Klinik für Anästhesie, Intensiv-, Notfallmedizin und Schmerztherapie des Bundeswehr-Zentralkrankenhauses Koblenz, erläuterte in diesem Zusammenhang, wie notwendig es ist, insbesondere seit dem Überfalls Russlands auf die Ukraine, die Verflechtung der Strukturen voranzutreiben: Denn nach fast drei Jahrzehnten gilt es sich wieder mit dem Gedanken anzufreunden, dass auch Deutschland angegriffen werden könnte und die Akteure in den Kliniken ihrer Pflicht nachkommen müssten, mit medizinischem Wissen und Können nicht nur mögliche zivile Opfer zu retten, sondern auch die Bundeswehr zu unterstützen und ihre verwundeten Soldatinnen und Soldaten zu versorgen. Der Oberstarzt stellte dabei zunächst die aktuellen Herausforderungen für den Sanitätsdienst der Bundeswehr dar und entwarf ein Bild für die zukünftige Zusammenarbeit ziviler und militärischer Einrichtungen. Als Anästhesist gab er schließlich einen Erfahrungsbericht ab zur Notfallmedizin während akuter Gefahr.

Ineinandergreifen der Ebenen

Es folgte ein Wechsel von der militärischen auf die zivile Ebene. Hier sind nicht Leib und Leben unmittelbar bedroht, vielmehr sind die Herausforderungen in den Strukturen zu finden: Die auf Bundesebene und auf Ebene der einzelnen Bundesländer angestoßenen Reformen werden nicht nur die zivilen Patientenströme verändern, sondern auch die Ausbildung der in zivilen Krankenhäusern tätigen Ärztinnen und Ärzte vor neue Herausforderungen stellen; immer weniger Krankenhäuser werden alle, für eine umfassende medizinisch-praktische Ausbildung notwendigen Leistungen anbieten können. Direktor Prof. Dr. med. Frank Willeke, Medizinischer Direktor des St. Marien-Krankenhauses gab hierzu

in seinem Referat einen Ausblick und wies künftigen Kooperationen eine Schlüsselstellung zu. Hieran knüpfte Prof. Brülls in seinem nachfolgenden Referat an. Er sah den aus dem Militärischen geprägten Anspruch „train as you fight“ als Leitsatz für eine realistische Ausbildung, die junge Medizinerinnen und Mediziner auf die komplexen Zusammenhänge vorbereiten soll.

Volkmar Klein, Mitglied des Bundestages, schlug schließlich als Nichtmediziner die Brücke zu den Worten von Landrat Müller, betonte dabei die internationale Verflechtung. Internationale Zusammenarbeit im Bereich Gesundheit sei auch ein Baustein für Sicherheit.

Als Fazit unter das Symposium konnte Prof. Brülls diese als wichtigen Teil zur Stärkung der Resilienz gegenüber Katastrophen ziehen. Zugleich skizzierte er als Handlungsfeld die bessere Vorbereitung auf den Ernstfall und nahm hierzu zivile wie militärische Stelle in die Verantwortung. Das Symposium, organisiert vom zivilen St. Marien-Krankenhaus, ist schließlich als Ausdruck eines Moments zu verstehen, welches durch die gegenwärtigen Krisen entfacht wurde und nun politisch genutzt werden sollte: „Das Bewusstsein für Risiken und Gefahren war in der Gesellschaft lange nicht mehr so präsent wie heute“, so Prof. Brülls abschließend.

Ein Ereignis am Ende der Veranstaltung: Chefarztin Priv.-Doz. Dr. med. Elisabeth Mack, Klinik für Hämatologie, Medizinische Onkologie und Palliativmedizin im St. Marien-Krankenhaus Siegen, wurde zum Oberfeldarzt der Bundeswehr befördert. /



Dr. Elisabeth Mack: vom Flieger zum Oberfeldarzt

Esprit	ein Rabenvogel	▼	schwed. Staatsmann † 1986	Südfrüchte	▼	englische Grafschaft	▼	Märchenfigur bei Grimm	Stadt an der Aller	▼	persönliches Fürwort (4. Fall)	größte nordfriesische Insel	mit Absicht	▼
▶	▼			▼		Jurist, Anwalt	▶		▼			▼		
Rufname von Capone	▶		stimulieren	▶							Pyrenäen-Fluss		Hineingehen	▶
▶		○ 1				unentschieden beim Schach		balkonartiger Vorbau		Vorname des Sängers Presley	▶			
Baustoff aus Kalkstein			italienische Sängerin	▼	Tatsachemensch	▶		▼					Schufft, Kerl (veraltet)	
Erfinder des Laufrads		Sauerkirsche	▶							zu beweisende Behauptung	▼	glasierter Backstein	▶	
▶					Luftreifen (Mz.)		episches Werk	▼		anheimelnd	▶			
Autor von 'Die Schatzinsel'	Aluminiumoxid	außerordentlich		kleiner südäm. Raubfisch	▶							Kleinkunstbühne (franz.)		Balkonpflanze
▶	▼	▼								Singvogel		math. Winkel-funktion	▶	
▶				Teile d. Knoblauchzwiebel	▼	Stummfilmstar † (Pola)	▼	asiat. Staatenverbund (Abk.)	▶					altisländischer Hauptgott
Bild von da Vinci ('... Lisa')			Steigerung	▶						○ 7		Stufe des alpinen Trias		Nachspeise
ausgesucht, exquisit	▶							engl. Kosewort für Vater			Wurzelgemüse	▶		
▶	○ 14		argent. Provinz (Santa ...)	▼	Initialen Beckers	▼		altrömische Silbermünze	▶				lateinische Vorsilbe: weg	
Körperglied		ein Monatsname	▶							○ 2		Medienberuf	▶	
perfekte, genaue Abbildung	▶					○ 11					Totenreich in der Sage	▶		

Liebe Leserinnen und Leser,

wir suchen ein Spitzengremium im Unternehmen. Wie lautet das Lösungswort? Senden Sie dieses bis zum 15. Mai 2024 an die Redaktion der Marien Konkret (Marien Gesellschaft Siegen gGmbH, Referat Kommunikation & Marketing, Kampenstr. 51, 57072 Siegen). Unter allen fristgemäß vorliegenden Einsendungen mit richtigem Lösungswort wird ein Überraschungspreis verlost.

Wir wünschen viel Glück!

Ihre Redaktion

Es wird keine Gewähr übernommen und der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Die Auflösung erfolgt in der nächsten Ausgabe. Die Gewinnerin des letzten Rätsels ist Christina Mühlbauer, Burbach.

/ Helfen. Austauschen. Informieren.

Bauchspeicheldrüsentumore, Bauchspeicheldrüsenentzündungen und andere Erkrankungen des Pankreas' beeinflussen die Lebensqualität. Mit Blick auf Erkrankte gibt es auch viele prominente Beispiele wie Karl Lagerfeld, Steve Jobs oder Aretha Franklin. Und häufig sind Bauchspeicheldrüsenenerkrankungen stark angstbesetzt, was auch auf den unzureichenden Informationsstand über diese zurückzuführen ist. Für Betroffene gibt es ein neues Angebot: Im April konstituiert sich auf Initiative von Michael Müller-Schwarz die hiesige Regionalgruppe des Arbeitskreises der Pankreatektomierten e.V. Schon zuvor hat die künftige Regionalgruppe sich starke medizinische Partner an Bord geholt und mit dem Onkologischen Zentrum Südwestfalen eine Kooperation vereinbart. Entsprechend wird die Gruppe etwa durch Kliniken des St. Marien-Krankenhauses durch Vorträge und Informationsveranstaltungen unterstützt. Kontakt zur Selbsthilfegruppe:

Tel. 01573-0775447

E-Mail: adp-siegen@adp-bonn.de





© viperapp | Adobe Stock

Propolis –

Heilender Bienenstock

/ Bienen haben viel mehr zu bieten als leckeren Honig – zum Beispiel Propolis. Nie gehört? Das geht vielen Menschen so. Das gesunde Bienenharz ist nicht jedem ein Begriff. In der Naturheilkunde genießt es dagegen seit Langem große Anerkennung. Schon im alten Ägypten wurde Propolis geschätzt: Die Menschen nutzten es damals zur Wunddesinfektion und zur Mumifizierung der Toten. Später soll es auch im Buren-Krieg zum Einsatz gekommen sein – lange vor der Entdeckung des Penicillins.

Untersuchungen am Menschen zeigen, dass Propolis vor allem antiviral wirkt: Insbesondere der Wirkstoff CAPE (Kaffeensäure-Phenyl-Ester) hat sich bei Herpes-Viren bewährt. Aber auch gegen Adeno- und Influenzaviren scheint Propolis zu helfen. In-Vitro-Experimente belegen eine pilzhemmende und antibakterielle Wirkung der Propolis. Untersuchungen deuten darauf hin, dass die Wundheilung beschleunigt wird.



Trotz Heuschnupfen joggen –

Training kann Allergie mindern

/ Der Frühling lässt sein blaues Band durch die Lüfte wehen. Damit verbunden ist leider auch der erste Pollenflug. Die Vorfreude auf den Frühling ist bei vielen Menschen dann auch gleich hinüber. Viele möchten die Natur und die Frühlingsfrische mit einem Lauftraining um die Obernautalsperre genießen, werden jedoch daran durch den allbekanntesten Heuschnupfen gehindert. Doch auch die Betroffenen haben die Möglichkeit, sportliche Aktivitäten in der freien Natur zu betreiben. In manchen Fällen lindert Ausdauertraining (der Firmenlauf steht an!) sogar die Allergie aufgrund eines dann erhöhten körpereigenen Cortisolspiegels. Empfehlenswert ist es auch, früh morgens oder am späten Abend zu joggen, um einem hohen Pollenflug auszuweichen.

Einsteiger-Tipps –

Fit in den Frühling starten

/ Am besten startet man ganz einfach mit Spaziergehen. Reicht das nicht aus, kann mit Nordic Walking gestartet werden. Dabei kommt der Kreislauf auf Trab und ins Schwitzen gerät man auch. In der Gruppe macht es noch mehr Spaß als allein und hilft, den inneren Schweinehund zu überwinden.

Ein Garten bietet reichlich Arbeit und verhilft zu regelmäßiger Bewegung. Das bringt den Kreislauf in Schwung und stellt den Körper auf den Frühling ein. Falls kein Garten vorhanden ist, tut's auch der Balkon, den man nett bepflanzen und auf Vordermann bringen kann – die Balkon-Möbel aus dem Keller holen kann ein richtiges Workout sein.

Schließlich sollte man sich einen schönen Spazierweg in der Nähe seines Zuhauses suchen. Die Siegerländerinnen und Siegerländer haben das Privileg, den nächsten Wald in unmittelbarer Nähe zu haben – zumindest die vom Borkenkäfer übriggelassenen Reste. Dann mindestens 30 Minuten in moderatem Tempo laufen und dabei die aufblühende Natur genießen.



© ExQuisine | Adobe Stock



© Javier Brosch | Adobe Stock

Sonnenabstinenz –

Wer die zu sehr Sonne meidet, lebt ungesund

/ Eine aktuelle Studie zeigt, dass Sonnenanbeter grundsätzlich länger lebten als jene, die der Sonne lieber aus dem Wege gingen. Die Sonnenfreunde starben viel seltener an Herz-Kreislaufkrankungen. Auch Todesfälle durch andere Krankheiten waren in der Sonnenanbetergruppe seltener. Man fand sogar heraus, dass Nichtraucherinnen, die die Sonne mieden, keinen Gesundheitsvorteil gegenüber Raucherinnen hatten, wenn letztere häufig in der Sonne waren. Offenbar konnten die Sonnenbäder den schädlichen Faktor des Rauchens in gewisser Weise kompensieren. Überspitzt formuliert: Das Meiden der Sonne ist ein ebenso schweres Gesundheitsrisiko wie das Rauchen.

15 Minuten –

Ausgeglichen in den Arbeitstag starten



© STAGE Stock | Adobe Stock

/ Wer ausgeglichen und mit gutem Gefühl in den Arbeitstag starten möchte, sollte sich morgens 15 Minuten Zeit nehmen, um seinen Körper in Bewegung zu bringen. Die Entspannungsmethode besteht aus drei einfachen zu erlernenden Übungen, die den Körper und Geist gesund halten:

1. Wechselseitig auf einem Bein stehen.
 2. Liegestütze
 3. Beine verschränkt auf eine leicht erhöhte Ebene ablegen.
- Mit ein wenig Kontinuität und Disziplin wird schnell innere Ausgeglichenheit und Ruhe erreicht.

Hormon- gesteuert? –

Die Rolle der Sexualhormone



© detailblick-foto | Adobe Stock

/ Spielen Sexualhormone eine Rolle für die Frühlingsgefühle? Wahrscheinlich eher nicht. Zwar ist bei Männern der Blutspiegel des Sexualhormons Testosteron im Frühjahr und im Sommer um 30 Prozent höher als in Herbst und Winter – er schwankt also saisonal. Dennoch scheint es keinen Zusammenhang zwischen steigendem Testosteronspiegel und sexueller Aktivität zu geben. Unabhängig davon: Nach dem trüben und verregneten Winter freuen wir uns alle auf den Frühling: Hormone hin Hormone her.



60 Jahre Internationale Pflegeschule

Im Jahr 2024 blicken wir auf ein Jahr internationale Pflegeschule zurück. Doch ist es wirklich das erste Jahr? Gehen wir einmal viel weiter zurück und schauen auf das erste Jahr der Krankenpflegeschule im St. Marien-Krankenhaus Siegen. Das durch Kriegseinwirkungen schwer getroffene St. Marien-Krankenhaus entstand Ende der 1950er Jahre allmählich aus den Ruinen, wodurch viele Fachabteilungen geöffnet werden konnten. Zur fachgerechten Versorgung der Patienten fehlte es jedoch an gut ausgebildetem Personal – eine Herausforderung, die 60 Jahre später weiterhin gilt. So entschloss man sich – wie manch anderes großes Krankenhaus – auch hier, eine

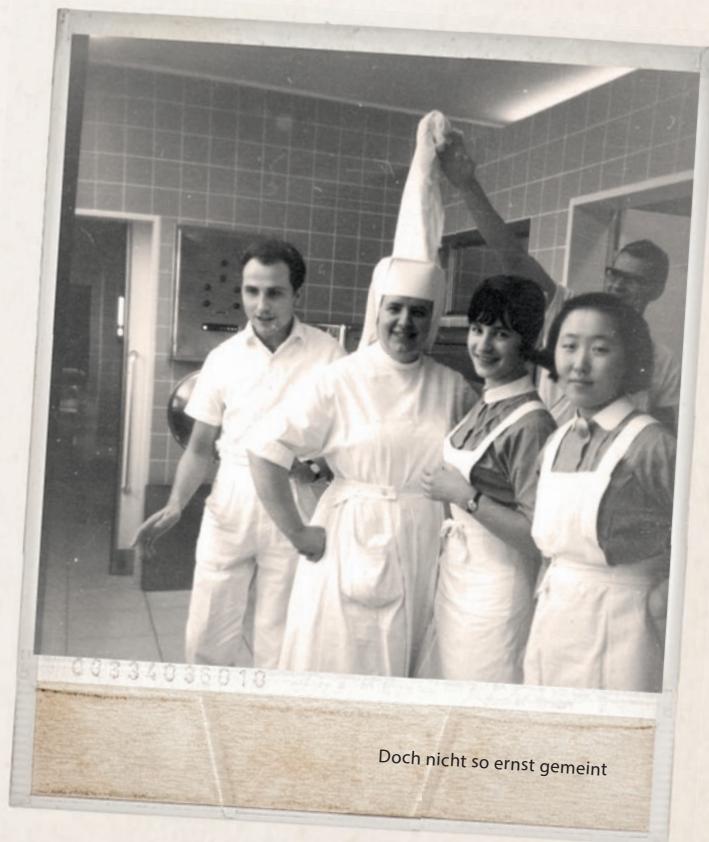
eigene Krankenpflegeschule zu eröffnen. Dem Antrag um Genehmigung einer solchen Krankenpflegeschule wurde von der Bezirksregierung Arnsberg zum 1. April 1958 stattgegeben. Laut Gesetz musste die Schule von der leitenden Oberin – zu jener Zeit Schwester Hildegunda Keup – und einem Arzt geleitet werden. Zur Verwirklichung dieses Vorhabens stellte sich Dr. med. habil. Alois Laarmann zur Verfügung. Außerdem sollte die Schule über eine ausreichende Zahl geeigneter Lehrkräfte, darunter eine besonders fachkundige Unterrichtsschwester, verfügen.

Als erste Unterrichtsschwester wurde Schwester Magdala eingestellt, die bisher an der Schule des St. Vincenz-Krankenhauses Paderborn tätig war. Der Unterricht in den medizinischen Fächern wurde durch die Chefärzte der verschiedenen Fachdisziplinen garantiert, die teils selbst oder durch ihre Oberärzte dafür die Verantwortung trugen. So begannen am 1. April 1958 neun Bewerberinnen und ein Bewerber hier ihre Ausbildung. Die Namen dieser „Ersten“ sind: Brucherseifer, Maria; Busch, Bärbel; Eggert, Ursula; Hehs, Marlies; Jung, Juliane; Leidig, Ulrich; Neuser, Gertrud; Schröder, Hildegard; Wagner, Hildegard und Wurm, Rosalie. Die Ausbildung erfolgte außer in der Schule primär im Einsatz auf den Krankenstationen. „Unsere Stationsschwestern nahmen die jungen, zukünftigen Schwestern freudig auf und waren sehr darauf bedacht, in ihnen ein festes Fundament für ihren Beruf anzulegen, auf das sie ihre eigenen Erfahrungen aufbauen konnten“, erinnert sich Schwester Albita in der Festschrift zum 25jährigen Jubiläum.

Und wie ging es weiter? Ein Jahr später, im April 1959, wagte man, einen neuen Lehrgang aufzunehmen. Dadurch sollte garantiert werden, dass in jedem Frühjahr in regelmäßiger Folge eine Abschlussprüfung stattfinden konnte, um immer wieder neue gut ausgebildete Mitarbeitende in der Pflege für den Krankendienst im St. Marien-Krankenhaus zu Verfügung zu haben. In diesem April erfolgte die Versetzung der Schulschwester Magdala. Dafür nahm Schwester Mechtilda Wenge – bisher in der Krankenpflegeschule des Marienhospitals in Hamm tätig – diesen Platz ein. Am 22. Februar 1960 legten die ersten Prüflinge ihr Examen mit sehr guten Ergebnissen ab.

Wie heute war auch in weiteren Jahren nach 1960 die Zahl der Bewerber und Bewerberinnen für den Pflegeberuf nur gering. Die Kurse waren schlecht besetzt. Der Durchschnitt lag bei unter zehn An-

wärtern. Junge Männer meldeten sich kaum für den pflegerischen Beruf. Nach 1960 wanderten viele asiatische junge Frauen in die Bundesrepublik ein, um hier eine Krankenpflegeausbildung zu absolvieren – so auch in Siegen. Im November 1965 hatte die hiesige Krankenhausverwaltung mit Verwaltungsleiter Wilhelm Hundt die Aufnahme von neun Koreanerinnen beschlossen. Ihnen war die Pflegeausbildung im St. Marien-Krankenhaus zugesichert worden, es handelte sich um Aspirantinnen einer südkoreanischen Ordensgemeinschaft. Eine Hürde waren dabei die schwach ausgeprägten Sprachkenntnisse einerseits und die fehlende Kultursensibilität andererseits. Und so wirkt, aus heutiger Sicht, der abschätzigste Unterton über die Auszubildenden aus Korea in der Chronik eher befremdlich. Dennoch konnten alle ihr Examen an der „Internationalen Pflegeschule“ im St. Marien-Krankenhaus abschließen. Heute sind Mitarbeitende aus etwa 30 Nationen bei uns tätig und Vielfalt wird gelebt – und wir wissen, dass der Anfang schon 60 Jahre zurückliegt. /





/ Auch in diesem Jahr war die Marien Gesellschaft Siegen auf der gut besuchten **Ausbildungsmesse** in der Siegerlandhalle vertreten. Ein kompetentes Team um Co-Organisatorin Stephanie Faßbender konnte die breite Palette der Ausbildungsmöglichkeiten in der Marien Gesellschaft Siegen und ihren Sparten vorstellen.



arbeiten im marien



Ausbildungsmesse Siegen 2024

#arbeiten
im
marien

Ostern und seine Bedeutung

Mal feiern wir Ostern im März, mal im April. Warum eigentlich? Die Kirche hat im 4. Jahrhundert festgelegt, dass Ostern auf einen bestimmten Sonntag fällt, und zwar den ersten Sonntag nach dem ersten Vollmond nach Frühlingsanfang. Der 22. März ist damit der früheste Termin und der 25. April der späteste. Weil Christi Himmelfahrt und Pfingsten vom Termin des Osterfestes abhängen, gehören auch sie zu den beweglichen Feiertagen. Die Osterzeit dauert bis Pfingsten.

Die Karwoche

Palmsonntag ist der Sonntag vor Ostern. Mit ihm beginnt die Karwoche. „Kar“ wird abgeleitet von einem Wort, das Klage, Elend oder Trauer bedeutet. Die Heilige Schrift berichtet, dass Jesus Christus an diesem Tag auf einem Esel in Jerusalem eintritt. Die Bevölkerung, die in ihm den erwarteten Messias sah, begrüßte ihn jubelnd und legte Kleidung, Palm- und Ölbaumzweige auf die Straße.

Der Gründonnerstag erinnert an das letzte Abendmahl, das Jesus am Vorabend seines Todes mit seinen zwölf Jüngern gefeiert hat. Auf dieses Ereignis geht das Heilige Abendmahl zurück, das in der Kirche begangen wird. Es wird dabei noch weiterer Ereignisse gedacht: Jesus wusch seinen Jüngern die Füße und zeigte ihnen so, dass er ihnen diene. Später am Abend, im Garten Gethsemane, fiel er seinen Verfolgern in die Hände, weil sein Jünger Judas ihn für 30 Silberlinge durch einen Kuss verraten hatte. Mit dem Gründonnerstag endet die Fastenzeit.

Am Freitag wurde Jesus dem römischen Statthalter in Judäa, Pontius Pilatus, gegenübergestellt, zum Tode verurteilt und auf dem Hügel Golgatha an das Kreuz genagelt. Die 15. Stunde des Tages gilt als seine Todesstunde, daher werden karfreitags um 15 Uhr Gottesdienste abgehalten. Der Karsamstag ist der Tag der Grabesruhe.

Das Osterfest

Nach dem Matthäus-Evangelium kamen am Ostersonntag Maria Magdalena und eine weitere Frau namens Maria zum Grab Jesu, als ein Engel den Stein, mit dem das Grab verschlossen war, zur Seite wälzte. Der Engel verkündete, dass Jesus nicht hier, sondern auferstanden sei. Als die Frauen sich auf den Weg machten, um den Jüngern davon zu berichten, begegneten sie Jesus, der zu ihnen sprach.

Am Ostermontag begegneten auch zwei der Jünger ihrem Herrn, so berichtet das Lukas-Evangelium. Sie hatten bis dahin an seiner Auferstehung gezweifelt, verbreiteten die Nachricht nun aber mit Freude. Ostern ist damit das höchste Fest der Christen und das zentrale Ereignis für die Menschen.

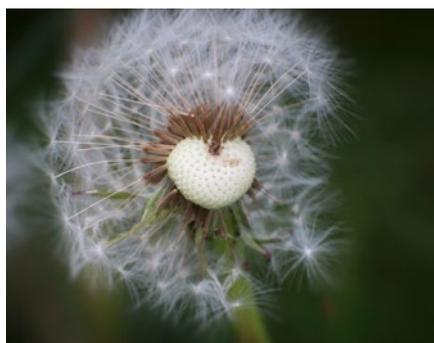
Christi Himmelfahrt und Pfingsten

40 Tage nach dem Osterfest, also immer an einem Donnerstag, wird Christi Himmelfahrt gefeiert. Die Apostelgeschichte berichtet davon, dass Jesus mit seinen Jüngern zusammen war, als ihn eine Wolke erfasste und in den Himmel trug. Zehn Tage später findet das Pfingstfest statt. Daher auch der Name „Pfingsten“ leitet sich von dem griechischen Wort „pentekosté“, der Fünzigste, ab. Pfingsten ist das Fest des Heiligen Geistes, der den Aposteln erschienen ist. An Pfingsten wird die „Ausgießung“ des Heiligen Geistes gefeiert. Dieses Ereignis war der Ausgangspunkt für das missionarische Wirken der Jünger Jesu. Auch heute ist der Missionsauftrag ein zentraler Punkt im Christentum, der es zum Beispiel vom Judentum unterscheidet, das keine aktive Mission kennt.



Frühlings- Impressionen

Fotokolumne von
Martina Auffenberg



„MEIN HÄUFCHEN LIEGEN
LASSEN KOSTET 150 EURO.“

„HERRCHENS HÄUFCHEN
TESTEN LASSEN KOSTET NIX.“



**Egal ob Stuhltest oder Darmspiegelung –
es ist immer eine tierisch gute Wahl.**

Damit du gesund bleibst und keinen Darmkrebs bekommst.
Der kostenlose Darmcheck. Für alle ab 50 Jahren.

#TIERISCHGUTEWahl